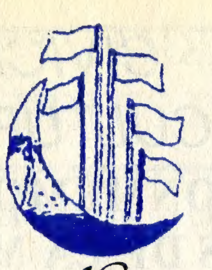
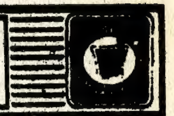
16 de marzo de 1996

La Hispanidad

La Revista Hispana. . . Con El Hispano En Mente


CO-AUSPICIADO POR: WESTFIELD AVE. PHARMACY Y NORTHGATE COMMUNITY PHARMACY
LLAME 24 HRS. LLAME 24 HRS.


CAMPAÑA DE DIABETES EN CAMDEN

Información en la pg. 3

GRATIS

GRATIS



NIÑA RECIBE BENEFICIOS

PAGINA 6

EL CRIMEN Y LOS ADOLESCENTES

PAGINA 10

TAMBIEN EN ESTA EDICION. . .

PAGINA 2.................. EDITORIAL
CIVICAS Y CULTURALES

PAGINA 4........... OCASION ESPECIAL
RINCON POETICO

PAGINA 5................. HUMOR

PAGINA 6........... NOTICIAS LOCALES

PAGINA 7........... FESTIVAL DE GIRL SCOUTS - "BE YOUR BEST"

PAGINA 8 ............CLASIFICADOS

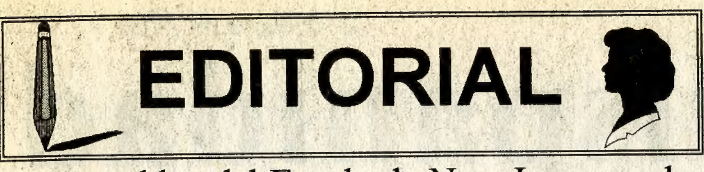
PAGINA 12.................. LA CRONICA DEPORTIVA

PAGINA 13....... CAPSULAS DE SALUD
BENEFICIOS DE LA PIÑA

PAGINA 14.................. HOROSCOPO

PAGINA 15........... COCINA DE MAMA
ARROZ CHINO/
RECORDATORIO DE IMPUESTOS





La Asamblea del Estado de New Jersey acaba de pasar una ley, la cuál permitirá que las escuelas requieran el uso de uniforme.

El uso del uniforme no es del todo agradable para muchos condados del estado. Sin embargo, el uniforme ha sido aceptado y ha tenido buena acogida por cuatro años en algunas escuelas de Camden.

New Jersey no es el único estado en implementar esta ley. Ya hay otros estados que requieren el uso de uniformes, entre ellos: Pennsylvania, Virginia, California, Utah, Tennessee, Louisiana e Indiana. Otros estados que están considerando el uso de los uniformes son Washington y Massachussetts.

Muchas personas tienen distintas opiniones sobre el uso de uniforme. Algunos creen que el estudiante observa un comportamiento y obtiene mejores calificaciones. Otros opinan que el uniforme ayuda a mantener a los delincuentes alejados de las escuelas. Otros creen que es mucho más económico y a la vez no se distingue cuál es el pobre y cuál es el pudiente, o sea no hay competencia ni humillaciones.

Por otro lado, si una clase vá en una jira, es fácil saber dónde está cada cuál y si alguno se extravía, será más fácil localizarlo.

Pero sea buena o mala la idea del uso del uniforme, distingue al estudiante, ayuda a que se concentre más en sus estudios y cambia totalmente su personalidad.

CIVICAS y CULTURALES

EN CONMEMORACION AL MES DE LA MUJER 1996

El Taller Puertorriqueño celebrará la aportación de las artistas latinas. Comparta con nosotros un mes de eventos especiales en el Taller Puertorriqueño. En colaboración con el Programa de Estudios de la Mujer, de la Universidad de Temple, conversaciones con las escritoras:

- lunes 11 de marzo a las 7:00 de la noche: Edwidge Danticat (haitiana, artista visitante), Julia López (puertorriqueña, artista local)
- lunes 18 de marzo a las 7:00 de la noche: Nicholasa Mohr (puertorriqueña, artista visitante), Magda Martinez (puertorriqueña-ecuadoreña, artista local)
- lunes 25 de marzo a las 7:00 de la noche: Julia Alvarez (dominicana, artista visitante), Frances Negrón-Muntaner (puertorriqueña, artista local)
- lunes 29 de marzo, a las 8:00 de la noche: Lecturas con las escritoras locales y los estudiantes de las escuelas superiores de Kensington, Olney y Edison.

El Taller Puertorriqueño, en colaboración con Community College de Philadelphia y Aspira presenta además Pelicula y conversación con la artista.

- sábado 23 de marzo, a las 7:00 de la noche: pelicula "Mi Pierto Rico", en inglés.

Cinematógrafa: Raquel Ortíz, puertorriqueña, nacida y criada en eL Bronx, viviendo en Massachusetts.
Director: Sharon Simon
Director de fotografía: Dasal Banks
Edición: Sabrina Avilés
Montaje: Juan Sánchez

 CONTINUA EN LA PAGINA 4.

CONDADO DE CAMDEN LLEVARA A CABO CAMPAÑA DE DIABETES DURANTE MES DE MARZO

El Condado de Camden, en cooperación con los hospitales locales, estará llevando a cabo una campaña de diabetes, en la cuál se ofrecerán exámenes gratis y programas de educación.

La diabetes es una enfermedad que podría afectar a unos 16 millones de personas de esta nación si no se detecta a tiempo. Y la forma de detectarse es mediante exámenes de la sangre. La diabetes puede afectar los riñones, la vista, el corazón y también la circulación. Algunos de los síntomas de esta enfermedad son: visión borrosa, orinar frecuentemente, fatiga, pies adormecidos, infección o picazón de la piel, pérdida de peso. En algunos casos cuando los riñones están bíen afectados, se requiere administrar diálesis al paciente.

A continuación, ofreceremos una lista de los lugares, fechas y horarios donde se estarán ofreciendo estos exámenes:

marzo 15:

County Store
Echelon Mall, Voorhees, NJ
de 9:00am - 11:00am

Bergen Lanning Family Center
Calles West y Clinton, Camden
de 9:00am - 11:00am

marzo 23:

Little Rock Baptist Church
1210 Kenwood Ave., Camden
de 9:00am - 11:00am

marzo 24:

Iglesia Holy Name
522 State Street, Camden
de 9:00am - 11:00am

marzo 25:

Kennedy Towers
2021 Watson St., Camden
de 9:00am - 11:00am

marzo 26:

Northgate II
500 N. 7th St., Camden
de 9:00am - 11:00am

Cooper Hospital
1 Cooper Plaza, Camden
de 9:00am - 11:00am

West Jersey Hospital
1000 Atlantic Ave., Camden
de 9:00am - 11:00am

Riverview Towers
130 Mickle Blvd., Camden
de 1:00pm - 3:00pm

Cherry Hill Health Center
2201 W. Chapel Ave., Cherry Hill
de 9:00am - 11:00am

West Jersey Hospital
101 Carney Blvd., Voorhees, NJ
de 8:00am - 12:00noon

Our Lady of Lourdes Wellness Medical Center
900 Haddon Ave., Collingswood
de 9:00am - 11:00am

County Store
Echelon Mall, Voorhees, NJ
de 10:00am - 6:00pm

marzo 27:

Kennedy Memorial Hospital
18 E. Laurel Road, Stratford, NJ
de 9:00am - 11:00am

West Jersey Hospital
Tousend Ave., Berlin, NJ
de 7:00am - 11:00am

West Jersey Hospital
Rt. 73 + Brick Rd., Marlton, NJ
de 8:00am - 11:00am

CONTINUA EN LA PAGINA 5.

Ocasión Especial



En la foto aparece el Sr. Ash Patel, propietario de las farmacias Northgate, felicitando a la jóven Eileen Henríquez, ganadora del sorteo del pasaje a Puerto Rico, que se llevó a cabo el "Día de San Valentin," como una cortesía de. . . Northegate Pharmacy.

El niñito Jonell cumple 1 año de vida el 14 de marzo. Lo felicitan sus padres, abuelos y su hermanita Anyenise. Le deseamos lo mejor en la vida. Le queremos mucho.

¡Felicidades!

VIENE DE LA PAGINA 2.

Productora: Sabrina Avilés
Música: Claudio Ragazzi

Estos eventos son gratis y se llevarán a cabo en el edificio de educación,en el 2557 Norte de la calle 5 (esquina de la calle Huntingdon). Para mayor información, fovor de comunicarse con Maria Torres Valentín, al : 1-215-423-6320.

Rincón Poético

GUERRA ENTRE DAVID Y GOLIATH

Por: Joaquin Negrón Oquendo (CONCLUSION)

Empezó la ruda lid
que hasta a los fuertes arredra,
cuando silbaba una piedra
de la honda de David.
El filisteo aladid
cayó a tierra de repente,
la piedra le dió en la frente
y en ella quedó clavada,
y aquella mole pesada
quedó inmóvil e inconsciente.

David corrió con presteza
tomó de Goliath,la espada,
la empuñó con mano airada
y le cortó la cabeza .
Así la victoria empieza
para el pueblo de Israel,
que se lanzó a gran tropel
sobre las filas del frente,
y la derrota valiente
ganando noble laurel.

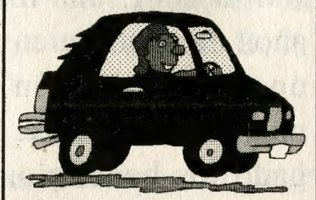
No es éste un ejemplo vano
que debemos olvidar,
bien lo debe recordar
quien se tenga por Cristiano.
David, que esforzó su mano
hizo allí cuanto podia,
pero Dios le sostenía
porque con fé bien notoria,
esperaba una victoria
que imposible parecia.

Con otro Goliath peor
ha de luchar el creyente,
pero Jesú, rey potente
lo sacará vencedor.
Cou el mundo engañador
y la carne corrompida,
ha de tener lid reñida
pero si lucha esforzado
gozará el premio anhelado
la corona de la vida.

. . . Fin.

HUMOR

Una jóven regresaba de otro estado, de visitar su abuelita. Un policia que patrullaba el área la detuvo por correr a velocidad. Luego de dialogar con el oficial, éste le dió una advertencia en vez de un "ticket". Para demostrarle su agradecimiento, la jóven le ofreció un paquetito de las deliciosas galletitas de chocolate que hizo su abuelita y prosiguió su camino. Más adelante la jóven fué detenida nuevamente por otra patrulla. Asustada, la jóven le preguntó . . .



-¿Pero. . . qué he hecho? No creo haber cometido alguna violación.

-¡Nada! (contestó el patrullero, sonriéndole). ¡Es que supe que estás regalando unas deliciosas galletitas de chocolate!

VIENE DE LA PAGINA 3.

marzo 28:

Pathmark Supermarket
2882 Mt. Ephraim Ave., Camden
de 8:30am - 10:30am

Hispanic Family Center
35 Church St., Camden
de 9:00am - 11:00am

Kennedy Memorial Hospital
Chapel Ave., Cherry Hill
de 9:00am - 11:00 am

marzo 29:

Kennedy Memorial Hospital
18 E. Laurel Rd., Stratford
de 8:30am - 10:00am

Todo el que vaya a hacerse el exámen, debe de permanecer en ayuno la noche anterior, desde las 12:00 de la media noche hasta después que se haga el exámen.

NOTICIAS LOCALES



PROHIBIDO FUMAR EN CENTRO COMERCIAL

Comenzando el pasado 1ro. de marzo del corriente, se estableció una ley la cuál prohibe fumar en Deptford Mall, siendo éste el último centro comercial en adjudicarse a esta nueva ley.

Algunos empleados fumadores, como clientes, creen que ésto vá a afectar el comercio, debido a que éste era el único centro comercial donde no era prohibido el fumar y por consiguiente, muchos hacian sus compras allí.

Un portavóz del mall dijo que antes de adjudicarse esta ley, ellos enviaron una encuesta el pasado verano (5,000) pidiendo sus opiniones sobre si se debía permitir el fumar en el mall, de los cuáles 2,000 respondieron y 1,200 votaron a favor de la ley.

Para dar conocimiento al público de esta nueva ley, Deptford Mall llevó a cabo unos eventos en marzo 1-3 en los cuáles participaron: American Cancer Society, American Heart Association, Departamento de Salud de Gloucester y los hospitales Kennedy y Underwood Memorials. Durante esos días se ofrecieron exámenes de la presión y colesterol. Esta ley se adjudicó hace algún tiempo en los centros comerciales de Cherry Hill, Morrestown y Echelon.



NOTICIAS NACIONALES



NIÑA CONCEBIDA DESPUES DE MUERTE DEL PADRE RECIBE BENEFICIOS

Judith Hart, una niñita de Louisiana, de 4½ años de edad quien fué concebida a través de una inceminación artificial después de la muerte de su padre, finalmente le ha sido otorgado los beneficios del Seguro Social de su padre.

La Administración del Seguro Social acordó pagar $700 mensual a la pequeña, después de una batalla en la Corte Federal contra la madre de la niña.

Se cree que ésta es la segunda vez que se le concede beneficios de sobrvivientes a un niño concebido artificialmente, después de la muerte del padre. En el estado de Louisiana, un niño que sea concebido después de la muerte de su padre, no es reconocido como su heredero.

Un juez administrativo había dicho el pasado mayo que la niña estaba en el derecho de recibir beneficios. Sin embargo, un panel cambió la decisión seis meses después. Entonces la madre de la niña apeló a la Corte Federal.

Judith Hart nació en 1991, casi un año después de la muerte de su padre, un ingeniero aeroespacial, quien falleció a causa de un cáncer en el esófago. El había depositado su sémen, en caso de que la quimoterapia lo volviera estéril.

El abogado de la Sra. Hart argumentó que a la niña se le había negado los beneficios, dada las circunstancias de su nacimiento.

CELEBRACION DEL "BE YOUR BEST DAY" - GIRL SCOUTS

Concilio de las "Girl Scouts" de Camden celebra, "Sea tu mejor día."

El "Camden County Council of Girl Scouts unió a más de 90,000 Niñas Escuchas a nivel estatal, para un proyecto -Baby Bundles- en celebración del día nacional , "Be your Best," el día 12 de marzo.

"Baby Bundles" es una campaña para recaudar artículos, tales como, pañales, formula, alimentos para bebés, baberos, toallas, toallitas para lavarse, juguetes para dentición, cepillos del cabello, talcos, loción, shampoos, entre otros más. Estos serán colectados y distribuidos a través de organizaciones locales, mediante las Girl Scouts del Condado de Camden.

La celebración del "Be your Best Day" de las Girl Scouts es un evento el cuál se celebra todos los años. Si usted desea más información sobre el proyecto -Baby Bundles- o sobre las Girl Scouts, favor de comunicarse con:

Camden County Council of Girl Scouts, al teléfono: (609) 795-1560



CLASIFICADOS

Se renta: Cuarto, $225 mensual. Sector Morgan Blvd. Llamar al: 225-9396.

Se Renta: Casa, 3 dorm. sala, comedor, cocina. $475 mens. y un mes security (en abril 1ro.). Llamar al: 225-0875.

House for sale: Wall-to-wall carp./gas heater, 3-b.rooms, 2 car garage, full yard. Call after 5pm.: 435-8544.

¿Tiene problema de caida del cabello? Use nuestros productos naturales. Llamar al: 482-8801.

For sale: Gibson-Heavy duty commercial freezer/212 cubic ft./3 yrs. old, like new. $750, or best offer. Call: 665-5918.

¿Qué es Mejor que Cheques, Dinero en Efectivo o Tarjetas de Crédito?



La Tarjeta-Cheque Global Access de United Jersey – un nuevo servicio que convierte una simple tarjeta de cajero automático en una nueva manera de pagar por compras y obtener dinero en efectivo.Usela en más de 11 millones de establecimientos a través de todo el mundo.

Mejor que los cheques. Puede usarla como un cheque para pagar por compras en más de 11 millones de tiendas y establecimientos- donde quiera que vea los símbolos de VISA,®* MAC® or NYCE®. Puede usar esta tarjeta hasta en lugares dónde no se aceptan cheques. El importe de sus compras será automáticamente deducido de su cuenta corriente en United Jersey. ¡Eso sí que es comodidad!

Mejor que dinero en efectivo. Su tarjeta-cheque Global Access de United Jersey funciona igual que dinero en efectivo en restaurantes, tiendas, y en cualquier lugar que se acepte VISA,®*MAC® o NYCE®. Además de esto, la tarjeta le permite obtener dinero en efectivo, 24 horas al día, en más de 300,000 cajeros automáticos a través de todo el mundo.

Mejor que las tarjetas de crédito. Use su tarjeta-cheque Global Access de United Jersey donde quiera que se acepte VISA®. Simplemente mantenga suficiente dinero en su cuenta corriente principal en United Jersey para cubrir el importe de sus compras y sus gastos serán deducidos automáticamente de su cuenta. Así, evitará el incurrir altos cargos de interés.

Mejor que las tarjetas de cajero automático ordinarias. Usted puede usar su tarjeta Global Access de United Jersey para retirar dinero, hacer depósitos, transferencias, pagos de préstamos y para averiguar el saldo de su cuenta. Cada vez que use su tarjeta obtendrá un recibo y todas sus transacciones aparecerán en el estado mensual de su cuenta corriente en United Jersey.

Obtenga una tarjeta hoy mismo. Disfrute de la comodidad y del poder adquisitivo de la tarjeta Global Access le brinda en todas partes: a la vuelta de la esquina o alrededor del mundo.

Visite cualquier sucursal de United Jersey Bank o llame al **1-800-282-BANK**

*Es posible que algunas o todas las tiendas que aceptan VISA requierqan el uso de su código personal de identificación (PIN) cuando utilize su tarjeta

United Jersey Global Access® Check Card

Miembro de UJB Financial Corp. United Jersey, United Jersey Global Access y el símbol o de la pirámide son marcas registradas de UJB Financial Corp.

DOCUMENTAL ESPECIAL

EL CRIMEN. . . Y LOS ADOLESCENTES

El siguiente es un artículo dedicado especialmente a nuestros jóvenes.

De acuerdo con un nuevo, estudio de estadísticas de criminalidad, los Americanos tienen razón en pensar que muchos criminales peligrosos están libres por las calles" . El estudio señala que en muchisimas comunidades y lugares, los americanos no están siendo protegidos.

Uno de cuatro crímenes cometidos hoy en los Estados Unidos es en forma violenta. . . Asesinatos, violaciones o asaltos agravados. El costo económico del crímen violento es de por lo menos $426 billones. Escasamente, un criminal por cada cien crímenes, violentos cometidos en los E.U. está en prisión.

¿Cómo se podría combatir el crímen en los adolescentes? ¿Cuál sería el mejor castigo? *¿Agarrar a cada adolescente que se encuentre en la calle después que oscurece? *¿Enviar a los que cometen delitos a una corte donde el juéz, abogado y jurado sean todos adolesentes? *¿Castigar a los padres por el comportamiento de sus hijos? *¿Enviar al jóven a un campamento de entrenamiento?

Varias ciudades y pueblos del país han llegado con algunas soluciones para combatir el crímen cometido por jóvenes. Entre ellos, se encuentran:

LLEVAR AL JOVEN A UNA CORTE JUVENIL

La corte juvenil ofrece a los jóvenes la oportunidad de ser juzgados por "teenagers" igual que ellos. Nacionalmente, cortes juveniles están ganando respeto y atención. Ya hay apróximadamente 185 de ellas que operan en 24 estados. En la mayoría de estas cortes, los adolesentes que cometen crímenes menores, desde violación de tráfico hasta robos, se declara culpable, a cambio de que su sentencia sea dictada por un jurado de su misma edad.

Aunque los jurados adolescentes usualmente no pueden ordenar fianzas o tiempo en cárcel, sí pueden sentenciar a los delincuentes a ejercer servicios comunitarios, escribir largas composiciones o regresar a Corte Juvenil como jurado. Una vez que la sentencia es completada, el record del delincuente queda limpio, como si nunca hubiese cometido un crímen.

De acuerdo con el director del YMCA-Teen Court - en Houston Texas, quien ha ayudado a crear más de 50 cortes juveniles alrededor del país, " los adolescentes tomarán

CONTINUA EN LA PROXIMA PAGINA.

VIENE DE LA PAGINA 10.
esta corte muy seriamente". "Y si no hacen, ellos aprenden su lección de la manera más difícil." Personas que apoyan estas cortes dicen que son una manera efectiva de llegar hasta los jóvenes delincuentes, antes de que se convirtieran en criminales serios. Nacionalmente 40 a 50% de jóvenes delincuentes que cometen crímenes, vuelven a cometerlos. Pero de esos que pasan por una Corte Juvenil, menos de un 10% vuelven a ser arrestados. Aunque expertos legales también se preguntan si las Cortes Juveniles son realmente justas para ellos.

FIJAR UNA HORA PARA QUE EL JOVEN ESTE EN CASA

En algunas ciudades de los Estados Unidos donde el crímen juvenil es más violento, las ciudades han adoptado una hora fija (curfew) para mantener a los adolescentes fuera de las calles a ciertas horas. Cualquier jóven menor de 18 años tiene que estar en su casa ya para las 8:00 P. M. los días de semana y a las 11:00 P. M. fines de semana.

En New Orleans, por ejemplo, el fijar una hora ha dado muy buen resultado. El pasado año, la policía capturó a unos 3,900 jovencitos por violar esta ley. Los asesinatos perpetrados por jóvenes han bajado a 33%; violación, 67%;y robo de autos, a 42%; Al ver estos resultados, los gobiernos locales a través de la nación han encontrado que el fijar una hora de estar en la calle a la juventud es fuerte de resistir. De las 77 ciudades más grandes de la nación, 59 de ellas actualmente tienen hora fija para los niños estar en las calles.

Pero, a pesar de su aparente éxito el fijar una hora a los jóvenes ha llamado mucho la crítica de los adolescentes, de los padres y de otras personas. Los padres y sus niños a menudo se quejan de que el fijar una hora

CONTINUA EN LA PAGINA 15.





DEPORTES

La Crónica Deportiva

Por: Benny Martinez

Los Cachorros de Chicago obtuvieron al dominicano Samuel Sosa, quién firmó con dicho equipo por dos años, aunque no sé estipular cuánto devengará. La partida que le ofrecían los Cachorros era de 4.9 millones de pesos para jugar con dicho equipo. Filmando con los Cachorros se evitó tener que enfrentarse a un arbitraje. El dominicano Sosa tiene un record en bateo de 268, empujando 36 vueltas al plato (home runs) y a la vez empujó 119 carreras el pasado año. Se estafó 34 bases y obstenta el record de encabezar los cuadrangulares que lo ameritan como el único pelotero. Samuel pertenece al conjunto de los Cachorros de Chicago desde el año '92. Buena suerte al Quisquellano.



Los Fillis de Filadelfia obtuvieron al Boricua Benito Santiago, quién estará defendiendo el diamante del home. Benito es un gran receptor y estamos en la completa confianza de que éste estará haciendo una magnífica labor para el equipo de los Filis. Estos últimamente se habían olvidado de los peloteros hispanos y ya era hora que obtuvieran a alguien de grueso calibre como lo es Santiago, que hace unas atrapadas magníficas de defender la posición que desempeña.

Bueno, ya los Rancheros de Texas no usarán más el #34 que usó Nolan Ryan, el legendario lanzador que estuvo activo en las mayores por un espacio de 34 años Así que retiraron el #34 para honrar el hombre que tanto le dió al beisbol. Este jugó con los Argelinos de California y Mets de Nueva York. También jugó para Los Astros de Houston. Pero antes de dar por terminada su jornada beisbolera, jugó por los últimos cinco años con Los Rancheros, donde enganchó la flanela que ya no se verá más por los campos beisboleros.

Otro pelotero de Los Rancheros que optó por el arbritraje lo fué el boricua Iván Rodriguez. Este optó de esa manera porque Los Tejanos le ofrecieron cuatro millones y él pide la friolera de $4.5 millones por la temporada que se avecina del '96. Rodriguez jugó en la Serie del Caribe que se llevó a cabo recientemente. Así que creemos que este receptor boricua se merece lo que exige, ya que es bastante bueno en esta profesión.

Este año hay dos factores que serán el plato del día. Los juegos de béisbol que ya son un factor muy importante en el verano, y la política, ya que estamos en un año de elecciones para elegir al presidente de estos USA. Pero la pregunta es: ¿Cuando el presidente Clinton lanze la primera bola para abrir la temporada, podrá lanzarla de nuevo en el '97? Pues ésto de la presidencia no es un juego, pero sofoca el calor a los que tratan de llegar a la primera base y reinar en la casa de las leyes. Así que yo supe por alguien que sabe leer el futuro, que Clinton sí volverá en el '97. No sé a ciencia cierta quién tomará el campeonato del béisbol este año, tal vez los deje con la canción que dice. . . Qué será, será. . . yo renuncio a decirles. . . Chao, hasta la próxima columna.

Capsulas de Salud

BENEFICIOS DE LAS PIÑAS

Esta jugosa fruta tropical posee una elevada cantidad de potasio, un mineral que ayuda a eliminar toxinas y el líquido que al organismo no le hace falta. A su vez, la piña es una extraordinaria fuente de vitaminas C y B. De acuerdo a recientes estudios, se ha demostrado que la Piña es una buena aliada a la hora de adelgazar, ya que tiene un alto contenido de enzimas que actúan como eficaces reductores naturales de grasa que se vá acumulando en el cuerpo y que no siempre es fácil de eliminar. Las piñas también son ricas en fibras y facilitan la digestión. A la hora de elegir una en el mercado, fíjese bien que sea de color amarillo en los extremos. Así sabrá que está madura.

EN CASO DE RETENER LIQUIDOS

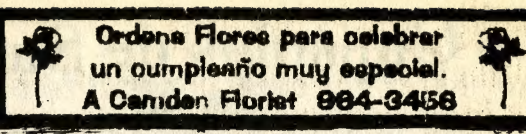
Si usted sufre de este problema aquí encontrará algunas sugerencias que le ayudarán a mejorarlo.

•Beba dos litros de agua al día, e ingiérala antes de las comidas principales o dos horas después.

•No tome demasiado café

•Preocúpese por comer diariamente 200 gramos de alcachofas hervidas, 200 gramos de cebollas cocidas, ensaladas de apio o perejil y cinco espárragos.

SU HOROSCOPO



ARIES: (Mar. 19 - Abr. 21) Te sientes muy disgustado/a por algo que te molesta emocionalmente. Ten calma; las cosas no son como tú piensas. Verás como todo se aclarará y entonces te darás cuenta de tu error. Vienen muchas cusas buenas para ti que llenarán tu vida de alegria. Recibirás una compensación en tu trabajo. **Tu número: 672**

TAURO: (Abr. 22 - Mayo 20) Hay muchas cosas negativas en tu vida. Sé más prudente con lo que haces para que no sufras una desilusión. Es recomendable un paseo al campo, ahora que se aproxima la primavera. El contacto con la naturaleza te beneficiará mucho. Habrán cambios en tu empleo.
Tu número: 514

GEMINIS: (Mayo 21 - Jun. 20) Nunca prometas lo que no puedes cumplir. Cerciórate primero, antes de prometer algo. Tu mente varía mucho y no eres firme en tus decisiones. Puedes llegar muy alto, si te lo propones. Pronto recibirás una visita, por cierto, muy grata. **Tu número: 806**

CANCER: (Jun. 21 - Jul. 23) Estos dias han sido muy difíciles para ti. Te sientes algo decepcionado/a con algunos familiares o amistades. Tu salud no está muy bien, por el momento. No debes de pensar mucho en tus problemas, eso te afecta el sistema nervioso. Entrégale todos tus problemas al Señor. Eso te ayudará mucho, tanto espiritual, como físicamente.
Tu número: 394

LEO: (Jul. 24 - Ago. 23) A veces tienes la mente llena de pensamientos que te aturden y no te dejan dormir. Perdona al que te haya ofendido y pide excusas al que de un modo u otro tú le hayas ofendido. Asi sentirás más paz en el interior y podrás dormir tranquilo/a. Por el momento, no esperes grandes acontecimientos. **Tu número: 310**

VIRGO: (Ago. 24 - Sept. 23) Hay algo obscuro en tu vida. Pensamientos llegan a ti, no muy buenos. Ora mucho y pide con fé, para que el Señor aleje de ti todos esos pensamientos de tu mente, que a nada bueno te conducirán. No descuides tu familia. Dialoga con ellos; necesitan de ti, de tu apoyo tanto moral como espiritual. **Tu número: 438**

LIBRA: (Sept. 24 - Oct. 23) Una persona va a venir en busca de ayuda, en estos dias. Si está a tu alcance el ayudarla, no se la niegue. Alguien de tu familia, fuera de este pais, te necesita. Harás un viaje de emergencia, pero no vás a lograr mucho. Cúidate, que tu salud no anda muy bien. Y sobre todo, vigila tu dieta.
Tu número: 404

ESCORPION: (Oct. 24 - Nov. 21) Tu estrella regente anuncia un cambio en tu vida; tal vez matrimonio y un hoga feliz. Se te presenta un viaje..(.quizás sea tu viaje de luna d miel). Asistirás a varias actividades, donde conocerás distii guidas personalidades. Te sentirás muy a gusto y disfrutara del ambiente. **Tu número: 691**

SAGITARIO: (Nov. 22 - Dic. 21) Todo lo que tienes en mente, se irá resolviendo...poco a poco...lentamente. Asi que, no pierdas la fé, pues con fé y perseverancia, se alcanza mucho. Dentro de un pequeño lapso de tiempo, vás a vivir como lo deseas, como lo has soñado. También recibirás un aumento de sueldo.
Tu número: 409

CAPRICORNIO: (Dic. 22 - Ene. 19) Hay personas de este signo que están pasando, o han pasado ya por una desilución amorosa. Pero recuerden, que la vida sigue su curso y todo cambia a su debido tiempo. Vendrá un dia en que todo lo verás como una pesadilla y...sonreirás de nuevo a la vida.
Tu número: 181

ACUARIO: (Ene. 20 - Feb. 19) La luz astral que te protege y te ilumina, te dará fuerzas y valor para vencer las dificultades que se presentan en tu circulo familiar. Ora mucho y trata de ser muy paciente en los momentos difíciles. Pues, todo pasa...nada es duradero. Una carta llegará a tus manos, portadora de muy buenas noticias. **Tu número: 314**

PISCIS: (Feb. 20 - Mar. 18) Se te presentarán unas personas a proponerte algo, tal vez un negocio. Tus caminos se esclarecen y se extienden a un futuro mejor. Tendrás muchas ofertas de empleos, pero, procura descansar, tu salud se ve un poco quebrantada. Pero con mucho descanso y una buena alimentación, podrás salir adelante.
Tu número: 503

COCINA DE MAMA

ARROZ CHINO

INGREDIENTES:

3 tazas arróz cocido
1/3 taza de aceite
2 dientes de ajo
1/2 libra de chuletas ahumadas picadas en tiritas
1/2 pqt. langostinos
1/2 botella salsa soya
Una pizca de gengibre
1/2 lata frijoles chinos (bean sprouts)
3 huevos batidos

PREPARACION:

1. Caliente el aceite y sofría los ajos hasta que estén dorados y sáquelos.
2. Añada las chuletas. Déjelas sofreir unos minutos
3. Agregue los langostinos (descongélelos). Revuélvalo todo con un tenedor.
4. Añada los cebollines gengibre, fríjoles chinos.
5. Agregue el arróz y la salsa soya. Unalo todo bien.
6. Añada los huevos batidos, revuelva bien hasta que se cocinen.

VIENE DE LA PAGINA 11.
interfiere en los trabajos después de la escuela, actividades sociales y deportes. Pero . . . ¿Qué es más importante . . . la seguridad de una comunidad . . . o los derechos de los jóvenes? (Nota: En Camden se implementó esa ley hacen algunos años, pero tal parece que no dió resultados.)

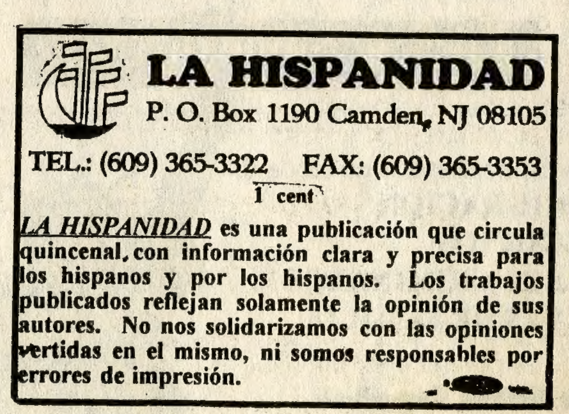
CONTINUARA EN LA PROXIMA EDICION.

RECORDATORIO... PAGUE IMPUESTOS

Aún le quedan varias semanas para rendir sus planillas al I.R.S., No vaya a sucederle como a esta persona:

Un hombre se quedó asombrado cuando recibió una carta con un sello de 32¢ informándole que tenía una cuenta "delincuente" desde noviembre pasado y que debía dos (2¢) centavos. El hombre pensó que era una ridiculéz y que era la cosa más tonta que él había visto. Creyó que era un error, guardó la carta en un bureau y la olvidó. Un més después, el hombre recibió otra carta con otros 32¢ en sellos, recordándole la deuda. El hombre decidió que era mejor pagar la cuenta y envió tres (3¢) centavos, dos para cubrir la deuda... más un centavo extra, por si acaso había algún interés.

Esto no es un chiste. Sucedió aquí en N.J. y le podría suceder a usted. El costo por cobrar los 2¢, salió en más de $1.50 entre ambas partes, pero "Uncle Sam" quería la deuda de los 2¢ pagada. Así que, apresúrese y llene sus planillas de contribución... Quizás sea "Uncle Sam" el que le deba a usted.



Especiales



Palacio Travel

Especiales

2415 Federal Street
Camden, NJ. 08105

Horario:
Lunes-Viernes: 9am - 6pm
Sabado: 9am - 5pm

(609) 966-6464



Especiales de Viajes

Phila. - San Juan:	$227.00
Phila. - Miami:	$212.00
Newark - Sto. Dom.:	$325.00
Phila. - Sto. Dom.	$308.00



Llamadas Internacionles

Puerto Rico	.30¢
Santo Domingo	.35¢
México	.99¢
Nicaragua	.85¢
Venezuela	.90¢



Envios de Dinero

Enviamos Mundialmente.
Servicio rápidó y fácil. Tarjetas prepagadas.



BEEPERS

Desde $17.95 con Activación Gratis ! Compramos, activamos, vendemos, y cambiamos Beepers.



Música Latina

Lo mejor en CD's y Cassettes con las mejores canciones del año y variados.



Fotos de Pasaportes

Obtenga dos (2) fotos por solamente $10.00

EVA'S BEAUTY SALON

-Unisex Haircuts-

2001 Federal St. Camden

Tel.: (609) 966-0411

Cortes de pelo para toda la familia * Permanentes *Tintes *Especialista en peinados-cabellos largo. Abierto: Lunes-Sábado: 9:00am - 7:00pm

---

Eileen Shimizu Esq.



-Oficina Legal-

Nos especialisamos en casos de:

INMIGRACION
NEGOCIOS
CASOS CRIMINALES
LEYES DE FAMILIA

-Se Habla Español-

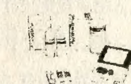
537 Market St., Camden, NJ 08102 Tel.: 609-541-8163

Westfield Ave. Pharmacy	Northgate Community Pharmacy
2635 Westfield Ave. Camden, NJ. 08105	N'Gate 1, 7th & Linden Camden, NJ.
609-966-0100	609-541-8242



Como siempre apoyando a la comunidad Hispana

Equipos Médico




Llame 24 horas



Servicio Rapido

Si usted no puede ir a la farmacia, llámenos y le entregamos su medicina a su lugar a cualquier parte de Camden - GRATIS.

Supermercado • Productos y Revistas Hispana • Comidas

Northgate Deli & Supermarket
N'Gate 1, 7th & Linden
Camden, NJ. 08102

963-7545

